漢溪書法通釋

訣法卷第六

漢溪戈守智達夫纂著
同學王容大樽全叅
受業陸聲鐘大乾編次

訣者方術之要略也多不過數語少則數字而止言高則旨遠詞約則義微也書之於訣亦然學者未有心得輒怛然而不解遠夫五篋俱盈百家既熟渙然氷釋如出巳語雖劍影濤聲皆成妙訣故訣之意味雋永心機紛遠必由口授乃能融洽詮

語亦嚴釋字句耳

梁武帝觀鍾繇書法十二意

平　謂横也

直　謂縱也

均　謂間也

密　謂際也

鋒　謂端也

力　謂體也

輕　謂屈也

決　謂牽掣也

補　謂不足也

損　謂有餘也

巧　謂布置也

稱　謂大小也

陶弘景啓曰。伏覽前書。謂意雖止二六。而規矩必周。後字不出二百。而褒貶大倫。○十二意。本有小序。大要言逸少不及元常。子敬不及逸少。每每見於舊說。故不復錄。

隋僧智果心成頌

迴展右肩

頭項長者向右展(寧宣臺尚是也)○右轉處有廻復之勢不宜迅筆折下使墨精不遲而麤燥却薄展者展拓之也

長舒左足

有脚者向左舒(寶典其)類字是也○向右者舒其左足(佋征桓起)之類是也向左者舒其右足(到朝升卯)之類是也獨言舒左足者以(典其)之字正向易失於

呆實故舒一足以生態也

峻拔一角

字方者擡右角。國周用字是也○舒一足拔一角。魏晉未有此風。起於陳隋之間至唐代爲尤甚。皆竭意求工者也。

潛虛半腹

畫稍麤于左。謂畫之在右校麤于左。右亦須着謂內畫遠近均勻。謂左右。遞相掩盖。謂上下。放令右虛。謂右足。用見月岡字是也○半腹。下半腹也。十擧曰字不可太長當以方楷

一字半為度。一字為正。半體為垂脚。潛虛半腹。猶篆法也。陶隱居曰。近左虛右。今間不同視之不足學之難工。

間合間開

無字四點。四畫為縱。上心開則下合也。

隅仰隅覆

並字隅二。疊字隅三。皆斟酌二三字仰覆用之。○又如術衡三豎。與疊之三畫。皆當以中為主。疑然正直。畫則上仰下覆。以聯續之。豎則左潛右盼。以顧答之

廻互留放

已詳上卷增減之下

即減捺減勾互用也

變換爭縮

已詳上卷爭曳之下

并斤等字是也

繁則減除

已詳上卷增減之下

進曾等字是也

疏當補續

已詳上卷增減之下

辜新等字是也

分若抵背

謂縱也卅冊之類皆須自立其抵背鍾王歐虞皆守之

合如對目

謂逢也八州等字皆須潛相矚視

孤單必大

一點一畫成其獨立者是也

重並仍促

謂昌呂爻棗等字上小林棘絲羽等字左促森淼之字兼用之

以側映斜

丿為斜。乀為側。交欠以入之類是也。○映字有和婉之意。

以斜附曲

謂乀為曲。女安必互之類是也。附字有委曲之意。

董逌曰。峻拔一角。潛虛半腹。其於書法。體裁本當如此。至於分若抵背。合如對目。以側映斜。以斜附曲。然後成書。而古人於此益盡之也。

覃精一字。功歸自得盈虛。

向背仰覆。垂縮迴互不失也。

統視連行。妙在相承起伏。

行行皆相映帶聯屬。而不背違也。

顏真卿述張旭筆法十二意前有小序大要言長史法不輕授之意。予訣法可省。故茲不錄

長史曰。夫平為橫。子知之乎。僕思以對曰。嘗聞長史示令每為一平畫。皆須縱橫有象。此豈非其謂乎。長史曰然。

又曰。夫直為縱。子知之乎。曰。豈不謂直者必縱之不

令斜曲之謂乎。長史曰。然。

又曰。均為間。子知之乎。　曰。嘗蒙示以間不容光之謂乎。長史曰。然。

又曰。密為際。子知之乎。　曰。豈不謂築鋒下筆。皆令完成。不令邪曲之謂乎。長史曰。然。

又曰。鋒為末。子知之乎。　曰。豈不謂末以成畫。使其鋒健之謂乎。長史曰。然。

又曰。力為骨體。子知之乎。　曰。豈不謂趯筆則點畫皆有筋骨。字體自然雄媚之謂乎。長史曰。然。不可仰筆失鋒。亦不

可竪筆攝下。以運筆而行。籠以撩而媚也。

又曰。輕為曲折。子知之乎。　曰。豈不謂鈎筆轉角。折鋒輕過。亦謂轉角為暗過之謂乎。長史曰。然。右軍轉折雖為暗過

董思白曰。折釵股。我於顏字得之。皆以篆法為楷。用筆最精者也。更有方稜如矩者。謂之折。唐人帖中最多。起而復下謂之搭。歐書溫公研中次堂字九成宮風氣之類是也。米襄陽曰。垂畫從篆。折搭乃自隸出。是也。下蒙白石譜中折搭。又是一意

又曰。決為牽掣。子知之乎。　曰。豈不謂牽掣為撇。決意挫鋒。使不能怯滯。令險峻而成。以謂之決乎。長史曰。然。

又曰補為不足子知之乎　曰甞聞於長史豈不謂結構點畫或有失趣者則以別點畫旁救之謂乎長史曰然

又曰損為有餘子知之乎　曰甞蒙所授豈不謂趣長筆短常使意氣有餘畫若不足之謂乎長史曰然此與上節已詳第五卷

又曰巧為布置子知之乎　曰豈不謂欲書先預想字形布置令其平穩或意外生體令有異勢是之謂巧乎長史曰然意外生體令有異勢謂獨闢生面不隨人步趨八面變化是也

古今傳授筆法十三訣未詳何人所撰出王氏法書苑其後序云十三訣先賢只口傳授並不形紙墨張旭惟傳永字後自引五勢一切字法無不備矣

丁 鈎裹八法化勢已詳

勹 鈎努八法化勢已詳

當豈長扆 返異勢

常宣尚 促左展右勢

其月周同 實左虛右勢

圖圍國 抑左昂右勢

行河水 上下不齊勢

永 側勒努趯 策掠啄磔

人 挫衮決啓抛 引仰戈殺

口 托揲 擢勒

也 送鉤壓 揖評

州 蹲掠駐 努趯搭

交文門賑 報啓 勢

摺 抛戈啓殺仰 努趯 鉤評

托口勒—揲人引—搭州駐—揖也

撲 衮決 蹲掠 送壓

張懷瓘論用筆十法

偃仰向背。

謂兩字并為一字須求點畫上下偃仰離合之勢。

另詳第四卷。

陰陽相應。

謂陰為內。謂陽為外。斂心為陰。展筆為陽須左右相

應。

鱗羽參差。

謂點畫編次勿使齊平。如鱗羽參差之狀。

峰巒起伏。

謂起筆處鋒如峰巒之狀殺筆亦須存結殺盡下微筆存者存

鋒結者結束也

真草偏枯

謂兩字或三字不得真草合成一字謂之偏枯須求

映帶字勢雄媚

邪真失則

謂落筆結字分寸點畫之法須依位次○此與上節

書之病也

遲澀飛動

謂勒鋒磔筆字須飛動無凝滯之勢方是得法○遲澀飛動謂勒與磔法用筆本尚遲澀而字勢仍要飛動也

射空玲瓏

謂煙感識字行草用筆不依前後○射空玲瓏謂空中打轉玲瓏也

尺寸規度

謂不可長有餘而短不足須引筆至盡處則字有凝重之態

隨字變轉

謂如蘭亭歲字一筆作垂露其下年字則變懸針又其間一十八箇之字各別有體○下筆能變學古而能自化矣能化而後能立體能立體而後不爲書奴吳融曰崩雲落日千萬狀隨手變化立空虛學古人書不能自立體者謂之書奴南宮初學羊欣書未能立體高宗謂其字爲重臺重臺婢之婢也書評曰羊欣書如婢作夫人故云

陳繹曾爲學綱目

書法綱目萬字俱全

凡學必有要若綱在綱有條而不紊永字者衆字之綱領也識乎此則千萬字在是矣

三靜法地五動象天

地靜也故以不變者法焉天動也故以變者法焉○側勒努為三靜趯策掠啄磔為五動八法詳載第三卷

次及條目變點方圓

變者如高低長短闊狹其變無窮也點者下筆成點而後行也方者自方圓者自圓如置筋於案而非匾

鋒也

俯仰向背沉瑩清權

有俯仰向背者則俯仰向背無則為之俯仰向背沉者下筆不浮刻入紙中也瑩者如孤月流天無雲翳也清者非謂瘦與寒也肥者亦有清氣也在參古帖而得之權者如鬚髮無點之類是也

挪

挪者讓者引焉疑焉

挪者爾東我西而不失於相順讓者要還他地位隨時處宜而措之也引如左詹等字引而伸之疑如有

伏兵疑不敢動如彷彿等字是也

鳥立木上雁在天邊

鳥立木上仁行之類是也雁在天邊燕然樵之類是也

搠特圓起

搠者從本身搠出也故其上欲圓口字是也特者特筆寫也故其上欲起口字是也二者相須為用也詳口上第四卷及第五卷口詳上十三訣

搶摺廻聯

搶者策類也摺則筆鋒飛動翻然非硬直也迴則有虛迴實迴聯則有虛聯實聯二者不可偏廢也○摺主轉折勾抱行筆用之搶迴起筆殺筆是也聯則斂鋒應接之處

齊努磋駐

齊者勒類也努者竪畫也磋者左右揭腕也駐者如駐馬無往而非此道也○停之輕者為駐稍加則蹲重加則捺

屋漏蜿蜒

屋漏痕者，不見起止之迹也。

烏絲闌者，蔡襄所尚。

烏絲闌者，鋒正則兩旁如界也。

復有八忌，切意精研。枯槁生硬，輕重纏縣，內外是縱，左右非竪。

枯槁則無潤澤，生硬則無軟美，輕重則不與，纏綿則不瑩。內縱者，腹肚濶外；縱者，手脚不停分而長。左為左揭腕，右為右揭腕，皆不可無力。○今人作書，以八忌為金丹者，不少由其不能嗜古，而依俗眼為指南

也。

知所趍合。爲書中仙。

趍所當法。避所當忌則爲盡善。

董內直書訣

無垂不縮

謂直下筆既下復上。至中間則垂而頭圓。又謂之垂。

露。如露水之垂也。

無往不收

謂波拔處。往而復回。不要一拔便去。

如折釵股

圓健而不偏斜欲其曲折圓而有力

如拆壁

用筆端正寫字有絲連處斷頭起筆其絲正中如新泥壁拆縫尖處在中間欲其布置之巧

如屋漏痕

寫字之點如空屋漏孔中水滴一點圓正不見起止之跡

如印印泥如錐畫沙

自然而然。不見起止之跡。

左欲去吻。　右欲去肩。

俱詳上第五卷。

緜裹鐵筆。

力藏在點畫之內。外不露圭角。東坡所謂字外出力中藏稜者也。

書譜卷第七

漢溪戈守智達夫纂著

同學陸　烈旃銘仝叅

受業陸聲鍾大乾編次

譜者譜牒也書之有譜所以究厥宗師以訣夫循述沿波以討源者也故由其矩矱則法度森然摹其型範則性情畢見或專主一家或統攝唐晉之元本本各有指述固藝林之龜鑑而大雅之權輿也自魏晉以來諸家譜序不下數十種而數陳綺

麗見誚於王危。覼縷細微。貽譏於絜聒。求其切當。不過數家。存之於左。以便精研。其有意味深長者。詮釋以明之。義理博該者。旁引以通之。庶於斯藝有小補云。

義之與子敬筆勢十二章 孫過庭謂此篇文鄙理疏。意乖言拙。詳其旨趣。殊非右軍誠先得我心之言也。然其識見雖淺。於初學自便文詞鄙俚之處。且分別觀之。不猶愈於後言而無當耶。

告汝子敬。我察汝書性過人。仍未閑規矩。父不親教。自古有之。今述筆勢論一篇。開汝之悟。凡斯字勢。猶有十

一章章有指歸定其楷模詳其舛謬撮其要實録此使宜或變體處罕臻其本轉筆處莫識其源懸針垂露之蹤難為體制揚波騰氣之勢足以迷人故辯其從入之由堪愈膏肓之疾今書樂毅論一篇貽爾藏之勿播於外緘之祕之不可示知諸友窮研篆籀功省而易成纂集精專形彰而勢顯存意學者兩月可見其功天性靈者百日亦知其本此當傳為家寶學而祕之世有名譽筆削久矣罕有奇者始克有成研精覃思考諸規矩存其要略以為斯論初成之時同學張伯英欲求見之我

詐云失矣盖自祕之甚不苟傳也（數語節錄僅存而勿論可也）

劍臨章第一

夫紙者陣也筆者刀矟也墨者兵甲也水硯者城池也（紙墨筆硯善事之利器也）本領者將軍也（東坡云凡字之品神妙不同其致之者資也其所以致之者學也學資俱為本領）心意者副將也（唐太宗指意曰心為副將乃用神氣沖和）結構者謀策也（結字因時取宜猶謀策之不拘一劍唯在致勝）颺筆者吉凶也（半神態度成手適然不能以已意主之故爲吉凶）出入者號令也（擒提挈級各有一定之不可以偶意更之故爲號令）屈折者殺戮也（意取剄斷）點畫者磊落也（不可沾滯）戈甲者斬斫也（一字之中有展一筆以立勢者如戈戟之揭斬斫以示法也）放縱者快

利也。以鋒之處以快利為勝。著筆者，調和也。謂謹之處以調和為義。頭角者，戲捺也。以戲捺為字之頭角。一、始書之時，不可盡其形勢。不能也。一偏正手腳。謂撇捺豎畫一筆有一筆之法。二偏得形勢。謂撇捺豎畫一筆有一筆之位置。三偏微微似本。謂所臨之本與本微微相似也。原四偏加以道潤。積熟也。五偏兼加抽拔。熟極則筆勢亦得。筆如其生澀，不可便休。米芾云我一日不書，便覺思澀，想古人未嘗一日廢書也。兩行三行，創臨惟取滑健，不得計其偏數也。字既不多，臨熟方休，何必計其偏數。

啟心章第二

夫學書之法，先乾研墨，凝神靜慮，預想字形大小偃仰，

平直振動，貝令脈相連。陳子文曰：字之筋絡，在意到筆不到之處，若但備鋒波畫，不足與論書也。意在筆前，然後作字。胸有成字也。若平直相似，狀如算子，上下方整，前後齊平，此不是書，但得點畫耳。昔宋翼常作是書。宋翼，鍾繇弟子。鍾繇見蔡邕筆勢於韋誕座中，苦求勿與，捶胸嘔血。誕亡，繇竊發其墓而得之。晉太康中，有人於許下發鍾繇墓，出筆勢論，宋翼得之，名遂大振。或曰翼，繇之甥。繇乃叱之，三年不敢見繇，即潛心改迹，每作一波，常三過折。欲右先左為一折，右往為二折，至盡處收迴為三折，乀是也。臨出鋒必稍為停頓，即為一折；欲下先上為一折，下注為二折，仍縮迴為三折，丨丨是也。欲左先右為一折，左拖為二折，臨出鋒稍為停頓為一折，丿是也。丿乀皆可類推。每作一點，常隱其鋒而為之。滑鋒而下，仍縮迴餘鋒，亦用三過法也。下特狀其妙

耳。每作一橫畫。如列陣之排雲。每作一戈。如百鈞之弩發。每作一點。如危峰之墜石。屈折如鋼鉤。每作一牽。如萬歲之枯藤。每作一放縱。如足行之趨驟。狀如驚蛇之透水。激楚浪以成文。似逸虬之翔雲。集重陽而行綏。謂其妙也。若鸞鳳之徘徊。言其勇也。擺撥似驚雷掣電。此乃飛空妙密。頃刻沉浮。繞攝鏗鏘。啟發厥意。能使昏迷之輩。漸覺勝心。博識之流。顯然開朗。

視形章第三

視形象體變態不同。書訣八面變化是也。逐勢瞻仰高低有趣

如昂左口不昂右口是也分均點畫遠近相須近如滑賜滑窺遠如空一齣二是也播
布研精調和筆墨播播其點畫布布其空白調和筆墨如梁武所謂純骨無媚純肉無力少
墨浮澀多墨笨鈍調和之使不偏也鋒纖往來疎密相附竇泉賦曰寬而壯賒而密鐵
點銀鉤方圓周整點取其堅鉤取其和起筆下筆忖度尋思引說
蹤由永傳今古智者榮身益世方懷浸潤之深愚者不
俟佳談如暗塵之視錦生而知之發憤學而悟者忘餐
此乃妙中增妙新中更新僉書錦字本領為先畫脫安
危務以平穩為本王氏書苑曰僧彥脩與亞栖䛒光齊名其書如淮陽惡少風狂跳浪俱非
本色本色者真本領書平穩字元章所謂得平淡天成之趣者是也分間布白上下齊平

均其體制。大小尤難。大字促之貴小。小字寬之貴大。王寶叙字曰。大字貴結密。不結密則嬾散而無精神。偏旁字字照應。分析各成一美。小字貴開潤。字内間架明整。開闊一如大字。諸美皆具也。但小字開潤便是大字結密。善學者當自悟之。自然寬狹得所。不失其宜。横則如孤舟之横江渚。直則如春筍之抽寒谷。

說點章第四

夫著點皆磊磊似大石之當衢。顔平原曰。大凡作點隱不如顯。隱則位置得宜。顯乃特出而有勢。又曰。當頭一點畧。畫龍一點睛也。或如蹲鴟。或如科斗。或如瓜瓣。或如栗子。存若鴟口。尖如鼠矢。如斯之類。各稟其儀。但獲有少多。學者開悟。

處戈章第五

夫斫戈之法，落竿峩峩，如長松之倚谿谷，似欲倒也。如長松之欲傾倒也。復似百鈞之弩初張，處其戈意，妙理難窮，放似弓張箭發，收似虎鬬龍躍，直如臨谷之勁松，曲類懸鈎之釣水，積層切於雲漢，倒載隕於山崖。下四語如出重舌不知所謂。天門騰而地戶躍，四海謐而五岳封，玉燭明而日月敞，繡綵亂而錦文翻。

健壯章第六

夫以屈脚之法，彎彎如角弓之張，烏焉為鳥之類是也。

立人之法。如鳥之在柱首（彳亻）之類是也。跣脚之法。如壯士之屈臂（鳳飛凡氣）之倒是也。急引急牽。如雲中之掣電（日月目因）之倒是也。跣脚㓸斡。上捺下撚。終始轉折。悉令和韻。勿使蜂腰鶴膝。放縱宜存氣力。視筆取勢。行中廓落。如勇士伸鉤。方剛對敵。麒麟鬭角。虎湊龍牙。筋節拏拳。勇身精健。放法如此。進有功也。自日月目因以上分論筆勢。蜂腰鶴膝以上總論筆勢。進有功也以上總論字體。下因牽引之勢。論之未悉。復舉而申明之。牽引深妙。皎在目前。發動精神。提撕志意。㓸剔情思。祕不可傳。夫作右邊。折角疾牽下。微開左畔。凡搭左過右謂之牽。努下引勢謂之

引折下開展左畔則字體圓滿不展者謂之銜眉幹轉令取登對牽筆自左而右遂筆仍自右還左故謂之幹轉登對者上勢開下不得獨斂也勿使腰中傷慢上下筆勢既寛中間最易縱慢視筆取勢直截向下趨義常存無不醒悟

教悟章第七

凡字處其中畫之法皆不得倒其左右右相復宜麤於左畔橫貴乎纖豎貴乎麤分間布白分其間界布其空白遠近宜均前幅之與後幅上下得所上字之與下字自然平穩常須遍相掩蓋不可孤露形影及出其牙鋒如唇不掩牙也展放轉折飜筆之處自右飜左自左飜右俱為飜筆即宜察而用之

觀彩章第八

夫臨文用筆之法。復有數勢。或有藏鋒者。大（藏鋒在腹內起）。側筆者。乏（俱以顯側爲之。兩字筆勢。正相反也）。押筆者。入（從腹起。而押之。取其老勁。與他處左右揭腕者不同）。結筆者。撮（如繩之結物。漸次相就。而自不踈散）。憩筆者。俟失（憩。息也。凡書斜側相等。如布武之狀。茲則斜勝其側。知人欲行欲止。足不向前也）。息筆者。逼逐（息。止之勢向上久久而緊抽也）。蹙筆者。將（將。漸進也。蹙筆者。八邊點畫蹙聚也）。戰筆者。合（布局如布陣筆勢自相抵敵也）。厥筆者。成機（厥。與擬同。發石也。一落最難得勢過剛。過柔皆病也。良弩則徐來而急往。發石則重。勢而輕舉非得力者不知也）。帶筆者。盡（帶者。廻轉之入之纇著筆畫勢。而毫鋒反抽也）。飜筆者。先然（飜轉筆勢急而疾也）。疊筆者。時劣（筆畫多者。必打疊之。提飛

之處時若不及也起筆者不下於腹內舉勿使露筆起止取勢令不失節打筆者廣度打廣而就狹使快健也

開要章第九

夫作字之勢飾甚是難字不可飾飾則難乎其為書矣李白曰秋水出芙蕖天然去雕飾米芾曰寫字無刻意做作乃佳黃庭堅曰最忌用意裝綴便不成書鋒銛去來之則反覆往還之法在乎精熟熟則不待飾亦不必飾也尋察然後下筆雖已精熟尤須尋察作丿字不宜遲乀不宜緩而腳不宜賒腹不宜促又不宜斜角不宜峻不可作其稜角二字合為一體並不宜闊重不宜長單不宜小復不宜大密勝乎疎短

勝乎長。

節制章第十

夫學書作字之體。須遵正法。字之形勢。不得上寬下窄。解大紳機之為戴笠勢不宜傷密。密則似疴瘵纏身。鐵網珊瑚曰。凡下筆當審方圓雄勁。則鋒神完足。唐文皇謙默之書。為拘攣餓隸。非以其寒歉耶。復不宜傷疏。疏則似溺水之禽。王弇州曰。蘇舜欽與黃山谷。先後皆服素師。山谷得態而病緩。舜欽得法而病疏。疏以結構言。緩以筆勢言也。不宜傷長。長則似死蛇掛樹。蕭子雲書行行如縈春蚓。字字如貫秋蛇。沉長無力也。不宜傷短。短則似踏死蝦蟇。黃長睿曰。書縱易而橫難。古今唯鍾太傅一人。放之者。非濁則俗。蜀中一人是矣。蓋指坡也。此乃大忌。可不慎

歟。

察論章第十一

夫臨書安帖之方。至妙無窮。山谷云。不臨古帖。不知古人一定之法。不遍臨古帖。不知古人無一定之法。或有迴鸞返鵠之飾。變體則於行中或有生成臨谷之戈放龍戕於紙上。徹筆則鋒煙雲起如萬劍之相成。落紙則栟楯施張。蹙踏江波之錦。若不端嚴手指。無以表記心靈。書者。心畫也。吾務斯道。廢寢忘餐。懸歷年歲。乃今稍稱矣。

譬成章第十二

凡學書之道有多種焉初學書要類乎本緩筆定其形勢忙則失其規矩張從紳曰筆法不精雖善猶惡字形弗妙雖熟猶生然忙忙疾書點畫斷或失之精妙又從何來若擬目前要急之用厥理難成但取形質快健手腕輕便方圓大小各不相犯然方然圓然大然小各不相犯所謂成也莫以字小易而忙行筆勢董思白曰王荊公書如斜風疾雨每與人書必云草草不暇然不閒其輸落如飛趙松雪日書萬字米襄陽日書千紙然其態度自在故捷則有之忙則不可莫以字大難而惕展毫頭羲之曰每書要十遲五急張旭貴澀出之法前賢本自斂捷遲之以盡力也惕緩則失勢矣如其筋骨不等生死相混儻一點失所若美人之病一目一畫失節如壯士之折一股余樂毅

論一本為書家寶、學此得成、自外成就、勿以難學而自情焉、

虞世南筆髓論

敘體

文字經藝之本，王政之始也。倉頡象山川江海之狀，龍蛇鳥獸之迹，而立六書。戰國政異俗殊，書文各別。秦患多門，約為八體。後復訛謬，凡五易焉。然並不述用筆之妙。及乎蔡邕張索之輩，鍾繇衛王之流，皆造意精微，自悟其旨也。

辯應

心為君，妙用無窮，故為君也。手為輔，承命竭股肱之用

故也力為任使纖毫不撓尺寸有餘故也管為將帥處運用之道執生殺之權虛心納物守節藏鋒故也毫為士卒隨管任使跡不凝滯故也字為城池大不虛小不孤故也

指意

用筆須手腕輕虛虞安吉云未解書意者一點一畫皆求象本乃轉自取拙豈成書耶晁補之曰書工筆吏竭精神於日夜盡得古人點畫之樣濃纖橫斜毫髮必似而古人之妙處已忘妙不在於此也東坡云懸帖壁間觀之得其大意故坡書氣勢最忌太緩而無筋太急而無骨作書緩急互用蔡琰曰臣父造八分神授筆法

一曰疾，二曰澀。得疾澀之法，書妙盡矣。側管則鈍慢而肉多。竪管直鋒，則乾枯而露骨。黃庭堅曰：肥字須要有骨，瘦字須要有肉。古人學書學其兩處，今人學書肥瘦皆病。終其病也。纖而能銳，細而能壯。長者不為有餘，短者不為不足。

釋真

筆長不過六寸，捉管不過三寸，真一行二草三。指實掌虛。黃伯思曰：流俗言作書指欲聚，指管端不問真行草體，似用此法，乃妄想耳。唐人圖畫執筆圖，未嘗若此。鄭杓曰：凡字寸以內法在掌指，寸以外法兼肘腕。陳繹曾曰：大凡學書，指欲實，掌欲虛，管欲直，心欲圓。訣法曰：緊挲淺執，掌自然虛，指自然實也。右軍云：書弱紙強筆，強紙弱筆。周顯宗曰

寫字之法。硬筆要慢。軟筆要緊。亦是剛柔相濟之義。強者弱之。弱者強之。強紙強筆。弱紙弱筆。謂之兩制。不能作佳書也。遲速虛寔。若輪扁斲輪。不疾不徐。得之於心。應之於手。口不能言也。心緩手急。心急手緩。謂之心手不齊。其書絕少態度。拂掠輕重。若浮雲蔽於晴天。波擎勾截。若微風搖於碧海。氣如奔馬。亦如朵鉤。輕重出乎心。而妙用應乎手。言拂掠波擎鉤截之類。雖各臻其妙矣。尤欲洞達精氣。轉變隨心。而調習於指掌也。然則體約八分。勢同章草。而各有趣。無問巨細。皆有虛散。其鋒圓毫蒓。按轉易也。蒓同採。毫聚鋒圓。按轉得法也。豈真書一體。篆草章行八分等。皆覆腕上搶。掠毫下開。牽擎撥趯。鋒轉。得筆稍助

指端鈎距轉腕之用矣

釋行

行書之體，略同於真，至於頓挫盤礴，若猛獸之搏噬，進退鈎距，若秋鷹之迅擊，故覆筆搶毫，乃按鋒而直引其腕，則內旋外拓，而環轉紆結也，旋豪不絕，內轉鋒也，加以掉筆聯毫，若石璺玉瑕，自然之理，亦如長空游絲，容曳而來往，又如蟲網絡壁，勁而復虛，右軍云，游絲斷而能續，皆契以天真，同於輪扁。行草雖一筆環轉，而長短遠近，便合數字，今人但學游絲連綿之狀，反致錯失，如右軍此郡帖，以就勞為能勞，小郡為小郡，蓋在閣帖中已有摹寫之失，學者尤宜

慎之義之。又云。每作一點畫。皆懸管掉之。令其鋒開。自然勁健矣。

釋草

草即縱心奔放。覆腕轉蹙。懸管聚鋒。柔毫外拓。左為外。右為內。起伏連卷。收攬吐納。內轉藏鋒也。蔡邕曰。藏頭圓筆着紙。令筆心嘗在點畫中行。董其昌曰。書雖貴藏鋒。然不得以模糊為藏鋒。須有用筆如太阿剸截之意。既如舞袖揮拂而縈紆。又若垂藤樛盤而繚繞。蹙旋轉鋒。亦如騰猿過樹。逸蚪得水。輕兵追虜。烈火燎原。或體雄而不可抑。或勢逸而不可止。縱於狂逸。不違筆意也。草書不難

狂逸。難於狂逸。而不違筆意。淳帖刊誤曰。前輩謂群帖乃大令真跡。然怒張狂發。無晉諸賢韻味。而前輩乃謂筆勢險遠。如空中數大外擲下。恐是真筆。非僕所敢知也。伯思所謂晉賢韻味。即筆意也。羲之云。透嵩華兮不高。踰懸壑兮能越。或連或絕。如花亂飛。若雄若強。逸意而不相副。亦何益矣。言筆勢峻遒。未足為奇。但如飛花散亂而無緒。或雄強而自逸。於繩墨之外者。皆無取也。但先緩引興。心逸自急也。仍接鋒而取興。興盡則已。草書非興到不能作。張旭作草。必大醉。呼叫狂走。乃下筆。或以頭濡墨而書。既醒自視。以為如有神助。懷素酒酣興發。遇寺壁里墻衣裳器皿。靡不書之。嘗種萬株芭蕉。以供揮灑。東坡所謂酒氣從十指間出。皆以助其書興也。興過則益放而狂矣。可朋作夢龜草書歌曰。欲盡金鍾數斗餘。動容攘臂立躊躇。先教侍者濃磨墨。不揖傍人欲便書。書壯倒松橫洞壑。點麤飛石落空虛。興來亂抹亦成字。

紙。恐張顛顛不如。又生撇同撆鋒。任豪端之奇。象兔絲之縈結。轉剔刓角。多鉤篆體。或如蛇形。或如兵陣。故兵無常陣。字無常體矣。謂如水火。勢多不定。蛇形兵陣。體無一定。皆因勢無一定。故又言草書之勢。如水火也。故云字無常定也。

契妙

字雖有質。跡本無為。稟陰陽而動靜。體萬物以成形。達性通變。其常不主。故知書道玄妙。必資神遇。不可以力求也。唐太宗曰。夫書心合於氣。氣合於心。洞兮微。神之用也。機巧。必須心悟。不可以目取也。姜廷憲曰。規矩因學而能。變化由悟而入。吳道子善畫。而張長史學其筆法。見前筆用心

矣。字形者，如目之視也。爲目有止限，由執字體既有質滯焉。謂執一字之體，以求其妙，則此字之形，不過如目中之所見而止，由其有所執，故滯而不化也。如目所視遠近不同，如水在方圓，豈由乎水。高則其視遠，卑則視近，皆因地位不同。正如同言一書，能者契其神妙，不能者強筆形體而已。非書之異，學書者或見到，或見不到耳。譬水在方而方，在圓而圓。水是一水，見者自異。且筆妙喻水，方圓喻字，所視則同，遠近則異妙。善書者一字一字之妙，千萬字千萬字之妙。如水在方圓，隨所注而異，筆妙亦隨字之而生也。然水之在器，智者所見之方圓，原與愚人不異。書則學到一分，識得一分，學到十分，識得十分。故以水喻字，雖同在目前，識量又分遠近矣。故明執字體也。字有態度，心之輔也。心悟非心，合於妙也。言執字求字，但得其形體而已。求之態度，則神情可見，然猶心之輔

也。心之輔者。如墨池編所云。顏公書中興頌。則閎偉發揚。狀其功德之盛。家廟碑。則莊重篤實。見其承家之謹。仙壇記。則秀穎超舉。象其志氣之妙。元次山銘。則停涵深厚。見其業履之純。凡皆因心所發。見於態度。故曰心之輔也。心悟非心者。如雷簡夫聞江濤而悟用筆之妙。張長史見公主擔夫爭道。又聞鼓吹而得筆法意。後又觀公孫大娘舞劍器而得其神。是在物本是無心。自我會悟之下。乃無適而非心。故曰心悟非心。合於妙也。且如鑄銅為鏡。非匠者之明。假筆轉心。非毫端之妙。必在澄心運思。至微至妙之間。神應思徹。又同鼓瑟輪音。妙響隨意而生。握管使鋒。逸態逐毫而應。趙宧光曰。何謂逸鋒。烏衣子弟。翩翩爽爽。到處有致是也。學者心悟於至道。則書契於無為。苟涉浮華。終懵於斯理也。劉正夫曰。字美觀則不古。初見之使人甚愛。次見之則得其不到古

人處。三見之。偏旁點畫。不合古人者。屢在目矣。虞集曰。書之為道。方圓平直。無所假借。而從容中度。自然可觀。譬之冠冕珮玉。執圭奉行事君事神。恭敬在中。威儀外見。揖拜升降自然成文。則其善也。乃若頗衺反側。越張容媚。小人女子之態。學者戒之。

書譜卷第八

漢溪戈守智達夫纂著
同學陸 煥雲贍仝叅
受業陸聲鐘大乾編次

孫過庭書譜

夫自古善書者漢魏有鍾張之絶晉末稱二王之妙王羲之云頃尋諸名書鍾張信為絶倫其餘不足觀可謂鍾張云沒而羲獻繼之又云吾書比之鍾張鍾當抗行或謂過之張草猶當鴈行然張精熟池水盡墨伯英臨池學書

池水盡墨凡家之衣帛必書而後練之假令寡人耽之若此未必謝之此乃推張邁鍾之意也考其專善雖未果於前規摭以兼通故無慙於即事評者謂彼之四賢古今特絕孫虔禮係唐武后時人乃欲排特歐虞直接魏晉故譜唯推四人為淵源之所自而今不逮古古質而今姸夫質以代興姸以俗易俗書姸媚而意味淺貧庸堅日如瘞鶴銘中興頌帖雖難為俗學者言要歸畢竟如此如人炫昨左色無主及神澄意定之青黃皂白亦自粲然俗書姸媚覆看便不佳矣雖書契之作適以記言而醇醨一遷質文二變馳鶩沿華物理常然貴能古不乖時今不同弊所謂文質彬彬然後君子何必易雕宮於穴處反玉輅於椎輪者

乎學古緒言曰肉豐而骨勁態濃而意淡巧藏於拙秀出於偉斯無勿善矣又云子敬之不及逸少猶逸少之不及鍾張意者以為評得其綱紀而未詳其始卒也評者謂元常古肥子敬今瘦芝為隸草義為行草亦文質遞降之意也且元常專工於隸書李贊曰過庭所指即今所傳立命宣示季直戎路是也伯英尤精於草體彼之一美而逸少兼之擬真則餘草比草則長真雖專工小劣而博涉多優總其始終匪無乖互黃長睿曰漢隸用筆圓勁雅淡其體遍而勿精觀元常書古隸典型具在矣張彥遠曰張芝學崔杜之法因而變之以成今草書之體勢一筆而成氣脈通聯隔行不斷謂一筆書右軍云我真書過鍾而草不兼張乃兼鍾張之所長故謂較長不足比短有餘也謝安素善尺牘而輕子敬之書子

敬嘗作佳書與之謂必存錄安輒題後答之甚以為恨安嘗問敬卿書何如右軍答云故當勝安云物論殊不爾子敬又答時人那得知敬雖權以此辭折安所鑒自稱勝父不亦過乎且立身揚名事資尊顯勝母之里曾參不入以子敬之豪翰紹右軍之筆札雖復粗傳楷則實恐未克箕裘況乃假託神仙恥崇家範以斯成學孰愈面墻飛鳥帖臣獻之頓首今月十二日辰時中使宣陛下曆旨俯詢字學之由臣仰承帝命寄露天機昧死有言狂率待罪臣年二十四隱林下有飛鳥左手持紙右手持筆惠臣五百七十九字臣未經一周形勢髣髴其書文章不續難以究識後載周以兵寇充斥道路脩阻乞食揚州市上一老母姓沈字光姜惠臣一

餐無以荅其意臣於匙面上作一夜字令便市債觀者三遠觀者二未經數日遂獲千金後羲之往都臨行題壁子敬密拭除之輒書易其處私為不惡羲之還見乃歎曰吾去時真大醉也敬乃內慙是知逸少之比鍾張則專博斯別子敬之不及逸少無惑疑焉墨林

快事曰大令書無右軍八面變化其辭筆意多複間架不茂資所以貴於人世者筆畫勁利態致蕭疎無一點塵土氣無一分桎梏束縛難以勉強傚也又米芾畫禪隨筆曰右軍書十不敵大令書一蓋右軍內涵大令外拓襄陽深得外拓之法從以北海傑奡之氣故推崇大令而訾右軍容臺集曰元章晚年自謂無右軍一點俗氣要其趋向如此

余志學之年留心翰墨味鍾張之餘烈挹羲獻之前規極慮專精時逾二紀有乖入木之術無間臨

池之志觀夫懸針垂露之異奔雷墜石之奇鴻飛獸駭之姿鸞舞蛇驚之態絕岸頹峰之勢臨危據槁之形或重若奔雲或輕如蟬翼導之則泉注頓之則山安纖纖乎似初月之出天涯落落乎猶衆星之列河漢同自然之妙有非力運之能成（蔡邕曰為書之體須入其形鍾繇曰每見衆類皆畫象之羲之曰每作一字必用數種意由來書法固如此也然虔禮之書或者不拚其言乎王弇州曰細玩書譜二字萬同美璧之玟也）信可謂智巧兼優心手雙暢翰不虛動下必有由一畫之間變起伏於鋒杪一點之內殊衂挫於毫芒（字形之妙全在用筆）況云積其點畫乃成其字曾不旁窺尺牘俯

習寸陰引班超以爲辭援項籍而自滿東觀漢記曰班超家貧傭書輟書投筆歎曰大丈夫當如傅介子張騫立功異域以取封侯安能久事筆硯史記項籍少時學書不成去學劍學劍不成項梁怒之籍曰書足以記名姓而已劍一人任敵不足學學萬人敵於是項梁乃教籍兵法籍大喜筆爲體聚墨成形心昏擬效之方手迷揮運之理求其妍妙不亦謬哉用筆之妙全在心慕手追楊子曰斷木爲棊梡革爲鞠亦有法焉而況書乎然君子立身務脩其本楊雄謂詩賦小道壯夫所不爲況復溺思毫釐淪精翰墨者也夫潛神對奕猶標坐隱之名樂志垂綸尚體行藏之趣世說王中郎以圍棊爲坐隱詎若功定禮樂妙擬神仙說文序曰周衰諸侯力政不統于王惡禮樂之害已而皆去其籍書評蔡

邕審。骨氣洞達。爽爽如有神力。張伯英書。如武帝受道。憑虛欲仙。猶埏埴之罔窮與工鑪而並運好異尚奇之士翫體勢之多方窮微測妙之夫得推移之奧賾著述者假其糟粕藻鑒者挹其菁華固義理之會歸信賢達之兼善者矣存精遇賞豈徒然與是以東晉士人互相陶淬至於王謝之族郗庾之倫據王情文字志。魏宋六十人中。載王導。王蒙。王廙。王循。王裕。王羲之。王怡。王獻之。王珉。謝安。郗情。庾翼等人。若書斷書賦及法書要錄所載各不同縱不盡其神奇咸亦挹其風味去之滋永斯道逾微方復聞疑稱疑得末行末古今阻絕無所質問設有所會緘祕已深遂令學者茫然莫知領要

徒見成功之美不悟所致之由或乃就分布於累年向
規矩而猶遠圖真不悟習草將迷梁庾元威曰學阮咸書者不得其骨力婉
媚唯學彎拳委盡學薄紹之書者不得其批研淵微徒自經營險急晚途別法貪省愛異濃頭纖尾斷腰頓足
一八相似十小難分屈等如匀變前為草咸言祖述王蕭無妨訛謬星不從生藉不從來詐慎門徒居然嘔冢
衛恆子弟寧不傷差蓋五代文衰如此假令薄能草書粗傳隸法則好溺
偏固自閡通規如趙壹非之沮張顏之推之序蕭亦不免含長而論短矣詎知心手
會歸若同源而異派轉用之術猶共樹而分條者乎黃庭
堅曰張長史折釵股顏太史屋漏法右軍錐畫沙印印泥懷素飛鳥出林驚蛇入草索靖銀鉤蠆尾同是一法
心不知手手不知心法耳加以趨變適時行書為要題勒方富真乃

居先草不兼真殆於專謹真不通草殊非翰札東坡集云物理一也通其意則無適而不可分科而醫醫之衰也占色而畫畫之陋也和緩之醫不別老少曹吳之畫不擇人物謂彼長於是則可能是不能是則不可世之篆書不兼隸真書不及草未通其意者也王弇州曰蔡君謨云篆隸真書與行草俱是一法文衡山曰真書血脉貫通放之便是行草行草動必有法斂之便是正楷能書者要是一以貫之真以點畫為形質使轉為性情草以點畫為性情使轉為形質草乖使轉不能成字真虧點畫猶可記文廻互雖殊大體相涉性情者抑揚頓挫因以取態是也形質謂長短大小高下出入多寡之間故亦旁通二篆俯貫八分包括篇章涵泳飛白若毫釐不察則吳越殊風者焉鼎考曰甘鼎者本無所銘識刻其蓋曰甘以書考之

於古在篆為其在籀為期在古為其未少異也今人作草動依楷則然康頭戴葉夜蔚垂作皆不從楷而從篆又不可不明也至如鍾繇隸奇張芝草聖此乃專精一體以致絕倫伯英不真而點畫狼藉元常不草而使轉縱橫自茲以降不能兼善者有所不逮非專精也鍾以真掩其草張以草掩其真故專精非不逮也雖篆隸章草工用多端濟成厥美各有攸宜篆尚婉而通隸欲精而密草貴流而暢章務險而便然後凜之以風神溫之以妍潤鼓之以枯勁和之以閑雅故可達其性情形其哀樂驗燥濕之殊節千古之依張懷瓘曰形見曰象象者法象也心不能妙探於物墨不能曲盡於心慮以圖之勢以生之氣以和之神以肅

之合而裁成隨變所適然體老莊之一息興時百齡俄頃嗟乎不入其門詎窺其奧者也小知不及大知小年不及大年淺識之夫難與論書矣又一時而書有乖有合合則流媚乖則彫踈略言其由各有其五神怡務閑一合也蔡邕曰書欲先散懷抱任情恣意然後書之若迫於事雖中山兎毫不能精也感惠狗知二合也如山谷為王補之少于書陰長生詩蔡君謨書集古錄序皆妙筆也時和氣潤三合也董思白曰蘭亭之妙對景舒情為右軍行楷第一紙墨相發四合也周家曰王右軍少年多用紫紙中年用麻紙取其流麗便於行筆蔡中郎非流紈豐素不安下筆韋誕曰用張芝筆左伯紙任及墨兼此三具又得巨手然後可以建方丈之字方寸千言偶然欲書五合也山谷云予瞻一日在學士院閑坐忽命左右取紙筆寫平時交遠風良苗

亦懷浙兩句。大書。小楷。行草書。凡八紙。擲筆太息。曰。好。好。散其紙於左右給事。心遽體留。一乖也。意違勢屈。二乖也。風燥日炎。三乖也。紙墨不稱。四乖也。情怠手闌。五乖也。乖合之際。優劣互差。得時不如得器。得器不如得志。陳繹曾曰。明牕淨几。氣自然清。山水仙隱。氣自然蕭疎。怪豪傑。氣自然奇。佳麗園池。氣自然麗。造化上古。氣自然古。幽貞閑適。氣自然淡。故書不獨稽其點畫也。亦想見高山流水之志焉。若五乖同萃。思遏手蒙。五合交臻。神融筆暢。暢無不適。義無不從。當仁者得意忘言。罕陳其要。企學者希風敘妙。雖述猶疎。徒立其工。未敷厥旨。不揆庸昧。輒效所明。庶欲弘既往之風規。導將來之器識。除繁去濫。覩迹

明心者焉。書斷過庭博雅有文章草書憲章二王工於用筆儁拔剛斷尚異好奇然少功用而有天真。代有筆陣圖七行中畫執筆圖手貌乖舛點畫漂訛頃見南北流傳疑是右軍所製雖則未詳真偽尚可啟發童蒙既常俗所存不籍編錄。略一至於諸家勢評多涉浮華莫不外狀其形内迷其理今之所撰亦無取焉。略二若乃師宜官之高名徒彰史牒。衛恒四體書曰漢師宜官能楷法大則一字徑丈小則方寸千言甚矜其能或時不持錢詣酒家飲因書其壁顧觀以酬酒錢直計錢足而滅之每書輒削而焚其柎梁鵠乃益為柎而飲之酒候其醉而竊其柎鵠卒以書至選部尚書名最著邯鄲淳之令範空著縹緗。書斷邯鄲淳八體悉工師于曹喜尤精古文大篆八分隸書自杜林衛宏以來古

大泯絕。内淳復着。暨夫崔杜以來，蕭羊以往，漢崔瑗善章草。師於杜度點畫之間莫不調暢撰飛龍篇。含纂草勢爲三卷。杜度草書重於章帝。詔使草書上事。時稱草聖。蕭思話學於羊欣。得其體法。行草筆勢不斷。上方琳之。不足。下方范曄有餘。羊欣學於獻之。年十二時。嘗着新絹裙。晝寢。獻之書裙幅而去。書學自此益進。撰續筆陣圖及古今能書人名二卷。時云買王得羊。不失所望。代祀綿遠，名氏滋繁，或藉甚不渝，人亡業顯，或憑附增價，身謝道衰，加以糜蠹不傳，搜祕將盡，偶逢眞賞，時亦罕窺，優劣紛紜，殆難覼縷。略三其有顯聞當代，遺跡見存，無俟抑揚，自標先後。略四且六文之作，肇自軒轅，八體之興，始於嬴政，其來尚矣，厥用斯弘。但古今不同，妍質懸隔，既非所

習。又亦略諸。略五復有龍蛇雲露之流。龜鶴花英之類。俱詳述篇古作。圖真於率爾。或寫瑞於當年。巧涉丹青。工虧翰墨。異夫楷式。非所詳焉。略六代傳羲之與子敬筆勢論十章。文鄙理踈。意乖言拙。詳其旨趣。殊非右軍。且右軍位重才高。調清詞雅。聲塵未泯。翰牘仍存。觀夫致一書。陳一事。造次之際。稽古斯在。豈有貽謀令嗣。道叶義方。章則頓虧。一至於此。又云與伯英同學。斯乃更彰虛誕。若指漢末伯英。時代全不相接。必有晉人同號。史傳何其寂寥。非訓非經。宜從集擇。略七夫心之所達。不易盡於名

言。言之所通。尚難形於紙筆。庶可髣髴其狀。綱紀其詞。裁酌希夷。取會佳境。闕而未逮。請俟將來。今撰執使轉用之由。以袪未悟。執。謂淺深長短之類是也。（謂執筆之淺深長短也。）使。謂縱橫牽掣之類是也。（上下為縱。左右為橫。牽左為牽。掣右為掣。）轉。謂鉤環盤紆之類是也。（屈為鉤。紆為環。抽筆為盤紆。）用。謂點畫向背之類是也。（四條皆論運筆。書斷曰。過庭著運筆論。亦得書之旨趣也。）方復會其數法。歸於一途。編列眾工。錯綜群妙。舉前賢之未及。啟後學於成規。窮其根源。析其枝派。貫使文約理贍。跡顯心通。披卷可明。下筆無滯。詭辭異說。非所詳焉。（姑蘇志。宋高廟垂情藝文。嘗謂

此譜妙備草法不涉詭異手不少置焉然今之所陳務裨學者但右軍之書代多稱習良可據為宗匠取立指歸豈惟會古通今亦乃情深調合致使摹搨日廣研習歲滋先後著名多從散落歷代孤紹非其效歟試言其由略陳數意止如樂毅論黃庭經東方朔畫讚太史箴蘭亭敘告誓文斯並代俗所傳真行絕致者也寫樂毅論則情多怫鬱書畫讚則意涉瓌奇黃庭經則怡懌虛無太史箴又從橫爭折暨乎蘭亭興集思逸神超私門誡誓情拘意慘所謂涉樂方笑言哀已歎陳繹曾曰喜怒哀樂各有分數喜則氣和而字舒怒則氣麤而

字險束則氣聲而字斂斂則氣平而字舒情有重輕則字之斂舒險聲亦有淺深變化無窮也豈惟駐想流波將貽嘽嗳之奏馳神睢渙方思藻繪之文雖其目擊道存尚或心迷議舛莫不強名為體共習分區如張融之對齊高但恨二王無臣法是矣豈知情動形言取會風騷之意卜商詩敘陽舒陰慘本乎天地之心既失其情理乖其實原矣所致安有體哉夫運用之方雖由己出規模所設信屬目前差之一毫失之千里苟知其術適可兼通心不厭精手不忘熟周顯宗曰寫字之法在心不在手在神不在心神則妙矣不可知矣故曰規矩可以言傳神妙必由悟入何謂悟入悟其所以立規矩之意故當在規矩爛熟之後若運用盡於精熟

規矩閑於胸襟自然容與徘徊意先筆後瀟灑流落翰逸神飛亦猶弘羊之心預乎無際庖丁之目不見全牛

桑弘羊漢武時人庖丁解牛出莊子

嘗有好事就吾求習吾乃麤舉綱要隨而授之無不心悟手從言忘意得縱未窮於衆術斷可極於所臨矣

過庭書法傳虛藏用及尹元凱皆有書名

若思通楷則少不如老學成規矩老不如少思則老而愈妙學乃少而可勉勉之不已抑有三時時然一變極其分矣至如初學分布但求平正既知平正務追險絕既能險絕復歸平正

項穆曰學書有三戒初學分布戒不均與欹繼知規矩戒不活與滯終能純熟戒狂怪與俗若不均與欹

如耳目口鼻。開闔長促。邪立偏坐。不端正矣。不活與庸如土塑木雕。不說不笑。版定固窒。無生氣矣。狂怪與俗如醉酒巫風。丐兒村漢。胡行亂語。顛撲醜陋矣。初謂未及。中則過之。後乃通會之際。人書俱老。仲尼云。五十知命也。七十從心。故以達夷險之情。體權變之道。亦猶謀而後動。動不失宜。時然後言。言必中理矣。書述曰。壯歲書亦壯。如嫖姚十八從軍。目無全虜。又如夏日烈景。炎炎不可正向。老來書亦老。如諸葛亮董戎。朱叡接敵。舉板輿自隨。以白羽麾軍。不見其風骨。而毫素相適。筆無全鋒是以右軍之書。末年多妙。當緣思慮通審。志氣和平。不激不厲。而風規自遠。張懷瓘曰。逸少佳蹟。在永和以後。如樂毅論在永和四年。蘭亭在九年。黃庭經及方朔像贊。俱十二年書。皆妙蹟也。子敬以下。莫不鼓努為力。標置

成體蔡邕九勢曰下筆用力肌膚之麗張懷瓘曰稜角者書之辯薄也如拳拳屈腕不見膚肉但露筋骨是乃病也豈云力哉若乃耀俗之書甘而易入濃淡為華書之困也幽若深遠煥若神明以不測為量書之妙也豈獨工用不侔亦乃神情懸隔者也徐浩云古蕭永歐虞頗傳筆法褚薛以下自鄶不譏然人謂虞得其筋褚得其肉歐得其骨當矣或有鄙其所作或乃矜其所運自矜者將窮性域絕於誘進之途自鄙者尚屈情涯必有可通之理嗟乎蓋有學而不能未有不學而能者也考之即事斷可明焉韓性曰其書資善者好為甚高之論以為師心自用足以成家何必為是拘拘也其有形質性情蹤盤繇惑前不則乎古後不足為來者法書道之所以終絕也然消息多方性情不一乍剛柔以合體忽勞逸以分

驅或恬憺雍容內涵筋骨或折挫槎枿外曜鋒芒察之

者尚精擬之者貴似解大紳曰臨書先儀骨體後追精神有肉有血有力有筋其血其肉

側鋒內外之際其力其筋毫髮生成之妙臨摹之功既久豁然貫通不知物我之有間也況擬不能

似察不能精分布猶踈形骸未檢躍泉之態未覩其妍

窺井之談已聞其醜縱欲唐突羲獻誣罔鍾張安能掩

當年之目杜將來之口慕習之輩尤宜慎諸黃文獻曰臨摹帖者

得其貌似優孟之效孫叔敖也得其意似魯男子之學柳下惠也王氏書苑曰唐人更不作章草書近有濟及

洪都人強學之不堪位置俗人未嘗知古人用筆處遂謂張索復出矣至有未悟淹留偏

追勁疾不能迅速翻效遲重夫勁速者超逸之機遲留

者貴會之致將反其速行臻會美之方專溺於遲終爽絕倫之妙過庭此數語亦行不掩言者也書斷曰過庭與王秘監相善王則過於遲緩此公傷於急速使二子寬猛相濟是為合矣然遲速之間大都筆性生成趙宦光曰蔡忠惠晝錦堂記一字百易必求合作乃止適得古本李海潞州府君碑以其意為此如黃金鑄范少伯一鑄而就止以速成自壽不復計工拙也能速不速所謂淹留因遲就遲詎名賞會非夫心閑手敏難以兼通者焉心不熟不閑手不熟不敏假令眾妙攸歸務存骨氣骨氣存矣而遒潤加之亦猶枝幹扶疏凌霜雪而彌勁花葉鮮茂與雲日而相暉右軍云藏骨抱筋含文包質書之至妙者也潛園集曰趙文敏書秋興賦遒美俊逸而中藏鋒鍔凜然與秋色爭高張懷瓘曰質者如經文者如緯當以鍾張為枝

餘。二王為花葉。如其骨力偏多。遒麗蓋少。則若枯槎架險。巨石當路。雖妍媚云闕。而體質存焉。骨力之書。不必非妍也。王弇州曰。拔筆以老取妍。谷筆以妍取老。凡書有一種老致。便是丰神。若遒麗居優。骨氣將劣。譬夫芳林落蕊。空照灼而無依。蘭沼漂蘋。徒青翠而奚託。黃庭堅曰。余在黔南時。書多纖麗。及移戎州。見舊書可憎。十字中三四字差可耳。於今方悟古人沉着痛快之語。李致堯曰。書要拙多於巧。近見少年作字。如新婦子梳粧。百種點綴。終無烈婦氣。是知偏工易就。盡善難求。雖學宗一家。而變成多體。李後主曰。善法書者。各得右軍之一體。若虞世南得其美韻。而失其俊邁。歐陽詢得其力。而失其秀。褚遂良得其意。而失其變化。薛稷得其清。而失於窘拘。顏真卿得其筋。而失於麤魯。柳公權得其骨。而失於生獷。徐浩得肉而失於俗。李邕得氣而失於體格。張旭

（得法而失於狂唯獻之俱得之而失於驚急不得其蘊藉態度）莫不隨其性欲便以為姿質直者則徑挺而不遒剛很者又崛強而無潤矜斂者弊於拘束脫易者失於規矩溫柔者傷於軟緩躁勇者過於剽迫狐疑者溺於滯澀遲重者終於蹇鈍輕瑣者染於俗吏斯皆獨行之士偏翫所乖（趙孟堅曰後主煜謂魯公書為叉手並腳田舍漢耳然如褚河南以八分古韵一切尚之甚有蹊失薛少保發越褚體飄揚透徹一向不回攀致遠跡又曰魯公之正固流為俗誠懸之勁亦失於寒古往今來中庸為難）易曰觀乎天文以察時變觀乎人文以化成天下況書之為妙近取諸身假令運用未周尚虧工於秘奧而波瀾之際已濬發

於靈臺必能旁通點畫之情博究始終之理鎔陶蟲篆陶鈞草隸體五材而並用儀刑不竭象八音之迭起感會無方文衡山曰永師之書不若右軍八面變化亦是功用未足之故耳至若數畫並施其形各異衆點齊列為體互乖一點成一字之規一字乃通篇之準違而不犯和而不同留不常遲遣不恒疾帶燥方潤將濃遂枯泯規矩於方圓遁鈎繩於曲直乍顯乍晦若行若藏窮變態於毫端合情調於紙上無間心手忘懷楷則自可背羲獻而無失違鍾張而尚工董逌曰書貴得法然以點畫論法者皆蔽於書者也求法者當於體用完備處一法不立而濃纖健快各當其

意。譬夫絳樹青琴、殊姿共豔、隋珠和璧、異質同妍、何必刻鶴圖龍、究慙真體、得魚獲兔、猶恡筌蹄。李日華曰、臨書如雙鵠並翔、各盡其致、不必為步驟之拘、非於書有深詣者不能也。聞夫家有南威之容、乃可論淑媛、有龍泉之利、然後議斷割。龍淵楚之利劍、名載越絕書。語過其分宜、審樞機。吾嘗靜思作書、謂為甚合時稱、識者輒以引示、其中巧麗、曾不留目、或有誤失、翻被嗟賞、既昧所見、尤喻所聞。可笑。或以年職自高、輕致陵誚。余乃假之以緗縹、題之以古目、則賢者改觀、愚者繼聲、競賞毫末之奇、罕議鋒端之失、猶惠侯之好偽梁虞龢論書表云、羲之為會稽、獻之為吳

興故三吳之近地，偏多遺迹。又是末年道喪之時，中世宗室諸王尚多，素嗤貴遊，不甚愛好，朝廷亦不搜求。人間所秘，往往不少。新渝惠侯雅所愛重，懸金招買，不計貴賤。而輕薄之徒，銳意摹學，以芽屋漏汁染變紙色，加以勞辱，使類久書，真偽相糅，莫之能別。故惠侯所蓄，多有非真。然招聚既多，時有佳迹，如獻之吳興二牋，足為名法。

同葉公之懼真。

莊子曰：葉公子高之好龍也，室屋雕文盡以寫龍。於是天龍聞而下之，窺頭於牖，拖尾於堂。葉公見之，失其魂魄。

是知伯子之息流波，蓋有由矣。

溫伯雪子，因流俗波靡之習，明於禮義而陋於人心，故每見而嘆息，亦本莊子。

夫蔡邕不謬賞，孫陽不妄顧者，以其玄鑒精通，故不滯於耳目也。

元章識叅龍子曰：唐滿詩奩晉不妝，只緣自不信凌眸。而黃伯思法帖刊誤不云：米跡法帖另尾，跡略甚多。僕於元章慨然，古語有之：善書不鑒，善鑒不書。又譏元章賞鑒之誤，故鑒書亦是難事。

向使奇音在爨，庸聽

驚其妙響逸足伏櫪凡識知其絶群則伯喈不足稱伯樂未可尚也至若老姥遇題扇初怨而後請門生護書凡父削而子懊（俱逸少事）知與不知也夫士屈於不知已而伸於知已彼不知也曷足恠乎故莊子曰朝菌不知晦朔蟪蛄不知春秋老子云下士聞道大笑之不笑之則不足以為道也豈可執氷而咎夏虫哉自漢魏以來論書者多矣妍蚩雜糅條目糾紛或重述舊章了不殊於既往或苟興新說竟無益於將來徒使繁者彌繁闕者仍闕今撰為六篇分成兩卷第其工用名曰書譜庶使

一家從進奉以覲稹四海知音或存觀省緘祕之旨余無取焉垂拱三年寫記

姜夔續書譜

總論

真行草書之法其源出於蟲篆八分飛白章草等圓勁古澹則出於蟲篆點畫波發則出於八分轉換向背則出於飛白簡便痛快則出於章草然而真草與行各有體製歐陽率更顏平原輩以真為草李邕西臺輩以行為真亦以古人有專工正書者有專工草書者有專工行書者信乎其不能兼美也（丁真永草鍾繇隸奇皇象八絕張芝草聖俱以專門名家）或云草書千字不抵行草十字行草十字不如真書

一字意以為草至易而真至難豈真知書者哉草書縱橫揮灑觀者以為易真書一筆不苟觀者以為難不知草書非可徑造先要打過真書一關故草書之功用較真書而更深也黃文獻曰趙文敏用意楷法窮極精審故其出而為行草縱橫曲折無不妙并古人不善學者下筆輒務為傾側之勢而未嘗窺其用意處是以愈工而愈不及也珊瑚網曰漢人始為章草草書之祖也近世多尚行草未始學真而先習草如人未能立而欲走益可笑也況章草草之來作於科斗籀篆觀其運筆圓轉用意深妙焉有不通篆隸而能學者哉吳寬曰鮮於困學多為草書然其書多從真行來故落筆不苟而點畫所至皆有意態使人觀之不厭非若今之未識歐虞徑造顛素其散渙連延之勢終為飛蓬蔓草而已大抵下筆之際盡倣古人則少神氣專務遒勁則俗病不除所貴熟習精通心手相應斯為美矣白雲先生歐陽率更

書訣亦能言其梗槩。白雲訣云。陽氣明則華壁立。陰氣太則風神生。把筆抵毫。肇乎本性。力圓則潤。勢疾則澀。緊則勁。險則峻。內貴盈。外貴虛。起不孤。伏不寡。迴仰非近。背接非遠。望之惟逸。發之惟靜。歐陽書訣已存第五卷。孫過庭論之又詳。可參稽之。

真書

真書以平正為善。此世俗之論。唐人之失也。方圓平直。書之規矩也。唐人作書。規矩極嚴。而風神次之。今觀武德以後。天寶以前。碑刻字樣。大都相似。自識懸以後。法益峭刻。而晉賢之風神逸態。掃地無餘矣。故曰唐人之失。先章係番陽本。不求真書本逸野。而嗣唐推晉。又宋賢好尚如此。

古今真書之神妙。無出鍾元常。其次王逸少。今觀二家之書。皆瀟灑縱橫。何拘平正。良由唐人以書判取士。而

士大夫字書類有科舉習氣顏魯公作干祿字書是其證也干祿依四聲分部小楷有註辨別正俗及所通用間有析其義者公書刻於大曆九年至開成中字已訛謬工人以爲衣食之資故也今稚歐陽集古錄所藏亦楊漢公摹本矧歐虞顏柳前後相望故唐人下筆應規入矩無復魏晉飄逸之氣且字之長短大小斜正疎密天然不齊孰能一之謂如東字之長西字之短口字之小體字之大朋字之斜黨字之正千字之疎萬字之密畫多者宜瘦少者宜肥魏晉書法之高良由各盡字之真態不以私意參之耳促小展大前輩亦譏唐人之失若踈密長短等類無譏矣或者專喜方正極意歐顏或者惟

務匀圓專師虞永或謂體須稍匾則自然平正此又有徐會稽之病或云欲其蕭散則自不塵俗此又有王子敬之風豈足以盡書法之美哉（或問李西臺曰右軍八面變化而永師不逮何也曰偏也或曰永師極正矣曰非此之論凡書必有一輕重大小長短疎密斜正開闔向背順逆方圓平直偏一處便缺一處）真書用筆自有八法我嘗采古人之字列之為圖令略言其指點者字之眉目全藉顧盼精神有向有背隨字異形橫直畫者字之體骨欲其堅正匀靜有起有止所貴長短合宜結束堅實丿乀者字之手足伸縮異度變化多端要如魚翼鳥翅有翩翩自得之狀乚亅

者字之步履欲其沉實晉人挑剔或帶斜拂或橫引向外至顏柳始正鋒為之正鋒則無飄逸之氣轉折者方圓之法真多用折草多用轉折欲少駐駐則有力轉不欲滯滯則不遒然而真以轉而後遒草以折而後勁不可不知也懸針者筆欲極正自上而下端若引繩若垂而復縮謂之垂露故翟伯壽問於米老曰書法當何如米老曰無垂不縮無往不收此必至精至熟然後能之已上俱詳運筆卷古人遺墨得其一點一畫皆昭然絕異者以其用筆精妙故也大令以來用筆多尖仰筆尖鋒書之忌也蔡君謨曰

學大令者，多致放失，而羲之枝筆處，使有神妙。王世貞曰：太令以降，若永施之書，學差勝筆；旭素之書，筆多學少矣。

一字之間，長短相補，斜正相拄，肥瘦相混，求妍媚於成體之後，至於今尤甚焉。長短斜正，必錯綜以出，乃唐法也。唯肥瘦不宜太雜，然此節弊病，今之人殆甚於宋。

用筆

用筆不欲太肥，肥則形濁；又不欲太瘦，瘦則形枯；不欲多露鋒芒，露則意不持重；不欲深藏圭角，藏則體不精神；不欲上大下小，不欲左高右低，不欲前多後少。歐陽率更結體太拘，而用筆特備衆美。王弇州曰：率更枝得羲之教獻之指歸圖

以三百縑搆之，書發其妙旨，著結構書訣。宣和書譜曰：陳景元與蔡卞論古今書法，至歐陽詢，則曰世皆知其體方，而不知其筆圓，卞頗服膺，以爲得旨。雖小楷而翰墨灑落，追踵鍾王，來者不及也。過庭在唐而譜晉，標鍾王爲真書之的；章在宋而譜唐，推率更以接鍾王之派。克顏柳結體既異古人，用筆復溺於一偏。予評二家爲書法之一變。數百年間，人爭效之，字畫剛勁高明，固不爲書法之無助，而晉魏之風規則埽地矣。寶晉齋曰：真卿學褚遂良既成，是以挑踢，名家作用太多，無平淡天成之趣。王弇州曰：大達法師塔文，柳書之最露筋骨者，遒媚勁健，固自不乏，要之晉法亦大變耳。然柳氏大字偏旁清勁可喜，更爲奇妙。近世亦有倣效之者，則濁俗不除，不足觀，故知與其太肥，不

若瘦硬也。李西臺書，肥不剩肉，如美女豐肌，而神氣清秀。歐陽文忠用尖筆乾墨，作方濶字，而神彩秀發，膏澤無窮。後人如見其清眸豐頰，故出自名手。肥瘦各有妙趣，惟學勿能至，則肥者尤易俗耳。

草書

草書之體，如人坐臥行立，揖遜忿爭，乘舟躍馬，歌舞擗踊，一切變態，非苟然者。索靖草書狀曰：或若登高望其類，或若既往而中顧，或若俶儻而不羣，或若自檢於常度，或斂束而相抱，或婆娑而四垂，或攢翦而齊整，或上下而參差，或陰岑而高舉，或落蕊而自披，其布好施媚，如明珠之陸離，其發翰攄藻，如春華之揚枝，其提墨縱體，如美女之長眉，其滑澤看易，如長溜之分岐，其骨梗強壯，如柱礎之丕基，其斷除窮盡，如工匠之盡規，其芒角吟牙，如嚴霜之傳枝，衆巧百態，無不盡奇。又一字之體，率有多變，有起有應，如此起者，當

如此應各有義理。以抽勢起者順應，以蹙勢起者逆應，以側勢起者反應。凡此各有義理。

右軍書羲之字，當字，得字，懸字，最多，多至數十字，無有同者，而未嘗不同也，可謂從欲不踰矩矣。草書變則盡態，如驚沙自飛，孫蓬自振，與夏雲多奇峰數語，總是一意。真行書亦然。右軍小楷意態各帖不同，蘭亭十九个之字，便是十九个轉換，若千字一同，有何生趣。東坡識釋子書曰：經凡幾品，品凡幾偶，偶爲幾句，句爲幾字，字爲幾畫，其數無量。而若遠字法平等若一，無高下大小輕重於其間也。大凡學草書，先當取法張芝、皇象、索靖章草等，則結體平正，下筆有源。皇象急就章，規模簡古，氣象沉遠，其書神識研者，篆者隸字勢雄偉，宮本惟存文武將隊四帖，他處罕見。曾論曰：草書漫漫落落。索靖出師頌，行筆微帶蹇澀，月儀帖筆畫勁密，他人不能睥睨。率更嘗見索靖碑石，觀之數步，復返，及坐宿其傍

三日乃去張芝師崔杜之法皆精於章草者也章草者解散隸體而麤書之有波磔而無連綿之勢祥述古篇然後倣王右軍申之以變化鼓之以奇崛書斷曰右軍博精諸體自成一家法千變萬化得之神功自非造化發靈豈能登峰造極右軍始學章草後習張芝之體而爲行草獻之嘗白父云古之章草未能宏逸頓異真體合窮僞略之理極草縱之致不若藁行之間於往法固殊也大人宜改體若迮學諸家則字有工拙筆多失誤當連者反斷當斷者反續不識向背不知起止不悟轉換隨意用筆任筆賦形失悞顛錯反爲新奇自大令以來已如此矣況今世哉大令以來謂齊梁間人咸稱祖述蕭王無妨詠謬之說宋時草書如翟次山張商英輩求惟務狂放故旭素以後斷燹杳然絕響然而襟韻不高記憶雖多莫滌塵俗

若風神蕭散下筆便當過人自唐以前多是獨草不過兩字屬連累數十字而不斷號曰連綿游絲此雖出於古人不足為奇更成大病趙壹非日書之好醜在心與手豈可勉強為哉昔者西施善顰里婦祇增其醜趙女善舞行步媚蠱學者弗獲失節匍匐草書變化全在規矩爛熟若但挾摘奇異學作連綿豈成書法古人作草如今人作真何嘗苟且其相連處特是引帶嘗考其字是點畫處皆重非點畫處偶相引帶其筆皆輕趙宧光曰行書藁草以主客分明引帶不離為格律雖復變化多端而未嘗亂其法度張顛懷素規矩最號逸野而不失此法東觀餘論曰始觀張旭所書千字文至毋圖隸散等字怪逸過甚好事者以長史書狂書遂放其蹟遂獲

徐觀至鴈門云亭愿紫雞仰笔與後覽月日則雄隱軒粲槎枿絲縷千變萬狀而左馳右鶩不離規矩繩墨之外。王弇州云：素書絹本千文圓熟豐美，尤要從山陰派來，而兼有李懷琳孫過庭結法。近代山谷老人，自謂得長沙三昧，草書之法，至是又一變矣。山谷紹聖二年摘黜，獲觀藏真自序，遂契其妙，自謂得長沙三昧草書之法，故自紹聖以後，其書連綿不絕，然擬藏真所書，或不免於綠木乾谷矣。懷素長沙僧素嘗自言得草聖三昧。流至於今，不可復觀。唐太宗云：行行如縈春蚓，字字如綰秋蛇，惡無骨也。大抵用筆有緩有急，有有鋒有無鋒，有承接上字，有牽引下字，乍徐還疾，忽往復收，緩以效古，急以出奇，有鋒以耀其精神，無鋒以含其氣味，橫斜曲直，鉤環盤紆，皆以勢

爲生然不欲相帶帶則近俗橫畫不欲太長長則轉換遲直畫不欲太多多則神癡以捺代乀如揩拭物而捺之不必如抽刀斷水之利也以發代乀發波之發草訣所謂遠之訣東邊是也亦以捺代惟丿則間用之意盡則用懸針意未盡須再生筆意不若用垂露耳

用筆

用筆如折釵股如屋漏痕如錐畫沙如壁拆此皆後人之論折釵股欲其曲折圓而有力屋漏痕欲其橫直勻而藏鋒錐畫沙欲其無起止之跡壁拆者欲其無布置

之巧。然皆不必若是。筆正則鋒藏。筆偃則鋒出。一起一倒。一晦一明。而神奇出焉。常欲筆鋒在畫中。則左右皆無病矣。故一點一畫皆有三轉。一波一拂皆有三折。一ノ又有數樣。一點者欲其與畫相應。兩點者欲自相應。三點者必有一點起。一點帶。一點應。四點者一起兩帶一應。筆陣圖云若平直相似狀如算子便不是書如口當行草時尤宜泯其稜角以寬閑圓美為佳心正則筆正意在筆前字居心後皆名言也故不得中行與其工也寧拙與其弱也寧勁與其鈍也寧速然極須淘洗俗

姿則妙處自見矣。大抵執之欲緊，運之欲活，不可以指運筆，當以腕運筆。執之在手，手不主運；運之在腕，腕不主執。又作字者亦須略考篆文，須知點畫來歷先後，如左𠂇右彐之不同，剌𠜂刺𠝐之相異，王王之與玉王，木示之與衣𧘇，以至奉𡗜泰𣴎春𡗗秦𥝩形同體殊，得其源本，斯不浮矣。郭忠恕曰：衛𧇾之字，是謂隸省；𦘔𦘕之字，是謂隸加；暑賑之字，是謂隸行；𦥑森之字，是謂隸變。故篆隸相承之意，各不同，如𡘋皆皆首𦔻書書書，𦃃通通帀不不不之類，形體相承者也；𣎆兼兼鶉朝朝𤯞青青之類，用意相承者也。蓋六書起一成文，衛爲一，從爲丨，邪爲丿，反丿爲乀，至乀而窮，折一爲𠃌，反爲厂，轉厂爲乚，反爲乚，爲亅，至亅而窮，折一爲𠃌者，側也。有側有正，正折爲八，轉八爲V，側V爲く，反く爲入，

至フ而窮。一再折為冂。轉冂為凵。側凵為匚。反匚為コ。至コ而窮。引一而統合之。方則為口。圓則為○。至○則環轉無異勢。一之道盡矣。丨與一偶。一能生。丨不能生。以其不可屈曲。又不可引。引則成丨。然丨與一偶。一能生丨不能生。天地之道。陰陽之理也。篆通而隸辟。故有左無右。有自無自。障於篆則左向右為左。右向左為右。獨向為自。相向為障。篆明而隸晦。故有王無玉。有未無朱。於篆則中一近上為王。居中為玉。中一直為朱。中一不直為未。篆乃而隸晦。故有冂無冂。有丨無乚。於篆則上冒為冂。不冒為冂。上加丨為主。加丨為宀。篆縱而隸拘。故有刀無匕。有禾無禾。於篆體向左為刀。向右為匕。首向左為禾。向右為禾。然則篆之與隸。猶筮之與龜也。鍾王以來隸法詳且盡矣。而篆乃其淵源。六書之意。不可不明也。

孫過庭有執使轉用之法。執為長短淺深。使為縱橫牽掣。轉為鉤環盤紆。用為點畫向背。豈苟然哉。

用墨

凡作楷欲乾然不可太燥行草則燥潤相雜以潤取妍以燥取險墨濃則筆滯燥則筆枯亦不可不知也以墨之濃淡乾濕取媚於字柳宗元之習也趙希鵠云古人晨起則濃磨墨汁滿硯池以供一日之用用不盡則棄之來早再作硯池必大而深故書皆遒潤行草過筆處筆欲雖如絲髮其墨亦濃今人多尚渴筆蓋非古也

鋒長勁而圓長則含墨可以取運動勁則剛而有力圓則妍美或云善書者不擇筆或云歐虞不擇筆余未之信也米海嶽曰筆不可意者如朽竹篙舟曲筋捕物趙文敏精於用筆凡所使有宛轉如意者輙剖之取其精毫別貯之每萃三管之精令工總縛一管真草巨細挍之無不可也抑且古人用筆亦各不同如蕭何禿筆子雲胎髮筆歐陽通貍心兎毫象牙筆王羲之鼠

鬚筆。白樂天雞距虎毛筆。懷素栗心筆。王著散卓筆。蔡君謨栗尾鼠鬚筆。蘓東坡雞毛筆。諸賢好尚如此。豈得不擇耶。韋仲將筆法曰。以鐵梳梳兔毫。及青羊毛。去其穢毛。正毫齊其鋒端。各作扁。極令匀調平好。用衣青羊毛。羊毛去兔毫頭下二分許。然後合扁卷。令極圓。痛頓為柱。筆心寧小不宜大。王羲之筆經曰。諸郡獻兔毫。鴻都門惟有趙國毫中用。趙國平原廣澤。無雜草木。惟有細草。是以兔肥毫長而銳也。須仲秋月收之。盖秋去夏近毫焦而嫩。季秋去冬近毫脆而秃。惟八月寒暑調乃用。毛杪合鋒。令長九分。管修二握。須圓正方可。余嘗自為筆甚可用。謝安石庾稚恭就我求之。靳而不與。

予嘗評世有三物用不同而理相似。良弓引之則緩來。舍之則急往。世俗謂之揭箭。好刀按之則曲。舍之則勁直如初。世俗謂之回性。筆鋒亦欲如此。若一引之後。已曲不復挺之。又安能如人意

耶故長而不勁不如弗長勁而不圓不如弗勁紙筆墨皆書法之助也

行書

嘗考魏晉行書自有一體與草書不同大率變真以便於揮運而已草出於章行出於真雖曰行書各有定體縱復晉代諸賢亦不相遠蘭亭記及右軍諸帖第一（張懷瓘曰逸少行書動合規儀調諧金心天姿神縱無以寄辭）謝安石大令諸帖次之（謝安石學書右軍右軍云卿是解書者然知解書者尤難張懷瓘曰子敬不能純一或行草雜糅）顏柳蘇米亦後世之可觀者大要以筆老為貴少有失悞亦

可輝映蘇瓞危言，稱夏公謹之書，肥遁而滯，老遊而稚。肥而為滯，人所共曉，老而為稚，識者當能辨之。不若中行為然。所貴乎穠纖間出，血派相連，筋骨老健，風神灑落，姿態備具，真有真之態度，行有行之態度，草有草之態度，必須博學，可以兼通。

臨摹

摹書最易，唐太宗云：卧王濛於紙中，坐徐偃於筆下，亦可以嗤蕭子雲。唯初學者不得不摹，亦以節度其手，易於成就。皆須古人名筆，置之几案，懸之座右，朝夕諦觀，思其用筆之理，然後可以摹臨。岳珂曰：臨摹兩法本不同。摹帖如梓人作室，梁

櫨榱桷。雖具準繩。而締創既成。氣象自有工拙。臨帖如逸鴻並翔。青天浮雲。浩蕩萬里。各逐其所至而息焉。其次雙鉤蠟本。須精意摹搨。乃不失位置之美耳。蘇軾曰。王會稽父子書。存於世者。蓋一二數。其次褚薛之流。硬黃臨倣。亦足為貴。硬黃者。嫌紙性終帶暗澀。置之熨斗上。以黃蠟塗勻。紙雖稍硬。而瑩澈透明也。若古本色暗硬黃不能取。則以斷搨取之。其法坐暗室中。穴牖如盎大。懸紙與法書。映而取之。臨書易失古人位置。而多得古人筆意。摹書易得古人位置。而多失古人筆意。臨書易進。摹書易忘。經意與不經意也。夫臨摹之際。毫髮失真。則神情頓異。所貴詳謹。東觀餘論曰。近世翰林侍書輩。多學聖教序。學少能至。了無高韻。因自目其書為院體。由唐吳通微兄弟已有斯目。故今士大夫玩之者絕少。然學少能至者。自俗耳。碑中字未嘗俗也。世有

蘭亭何啻數百本，而定武為最佳。然定武本有數樣，今取諸本參之，其位置長短大小無不一同，而肥瘠剛柔工拙要妙之處，如人之面，無有同者。蘭亭敘在唐貞觀中，舊有二本，俱刊玉石，其一入昭陵，其一當神龍中太平宮主借出搨摹遂亡。其後溫韜發諸陵，蘭亭復出。宋世流落定武民間，世以定武本為貴。薛道祖守定武，別刊一本易民間一本，道祖家長安，自是以長安薛家本為貴。道祖又摹刊一石在使宅，摹刊一石在譙門，封之民間所易一石，只定武自有三本，皆道祖摹本也。其貞觀舊本，背後有五色蓮花記。自道祖沒後，其弟嗣昌奏之，宣和間取歸汴人京，龕在宣和殿上。靖康末載與岐陽石鼓並入沙漢。以此知定武雖石刻，又未必得真蹟之風神矣。字書全以風神超邁為主，刻之金石，其可苟哉。雙鉤之法，須得墨

畢不出字外或郭填其內或朱其背正得肥瘦之本體東觀餘論曰米芾摹逸少平章帖筆趣翩翩固自佳但肆筆揭放殊下填郭非古法也昔人榻書欲如水月鏡像者故應郭填乃造微耳郭填者雙鉤其郭乃以墨填其中也朱背者亦以古帖字闇故朱字之背面使正面顯露也雖然尤貴於瘦使工人刻之又從而刮治之則瘦者亦變而肥矣即用舊帖鉤冉上石尤貴於瘦或云雙鉤時須倒置之則無容私意於其間誠使下本明上紙薄倒鉤何害若下本晦上紙厚却須能書者為之發其筆意可也夫鋒芒圭角字之精神大抵雙鉤多失此又須朱其背時稍致意焉李日華曰學書當擇古人百餘字成片段者併其行間布白而學之至妙之論也

附陳繹曾畫界對臨圖

印法帖上觀其字中間架及點畫大小長短肥瘦方圓之間

又印空紙上玩其帖中字蹟所到分數二一臨擬一字一印叅尺寸築字之法也

陳繹曾曰隨字點畫多少疎密各有停分作九九八十一分界畫均布之先於鍾王虞顏法帖上以朱界畫印印訖視帖中字畫分數一一臨擬仍欲察其屈伸變換本意秋毫勿使差失四家體既熟方可旁及諸家法帖字大以小印印分數減之法帖字小以大印分數展之雖黃庭樂毅展為方丈可也

方圓

方圓者眞草之體用。眞貴方。草貴圓。方者參之以圓。圓者參之以方。斯爲妙矣。章草體方而用圓。書之至高者也。眞書若鍾王以下。虞永諸帖要皆筆意渾涵。圓而得勁。然而方圓曲直。不可顯露。直須涵泳。一出於自然。如草書尤忌橫直分明。橫直多則字有積薪束葦之狀。而無蕭散之氣。索靖曰。芝草蒲陶還相結。棠隸融融載其華。其氣象豈不茂美耶。時參出之。斯爲妙矣。

向背

向背者。如人顧盼指畫。相揖相背。發於左者應於右。起

於上者伏。於下大要點畫之間施設各有情理求之古人。右軍蓋爲獨步。

位置

假如立人挑土田王示衣一切偏旁皆須令狹長。則右有餘地矣。在右者亦然。不可太密太巧。太密太巧者。是唐人之病也。文徵明曰。漢魏人書。醇古簡靜。深不可測晉宋以來。風度相高。如雅人勝士。瀟灑醞藉。有出塵之想。淩遲至於中唐。法度森然。斯須不失。而醇古之風已斵。瀟疎之意已拘。良以古人作書。意勝於法。而唐人法勝於意。不耐人尋味耳。假如口字在左者。皆須與上齊。鳴呼唉嚨等字是也。在右者皆須與下齊。和扣等字是也。又

如宀頭須令覆其下走廴皆須能承其上審量其輕重使相負荷計其大小使相副稱為善

疎密

書以疎欲風神密欲老氣疎欲風神如楊升菴所謂放筆增毫丰骨倜美如盧拘下朝從容閑雅瀟落不群又如薄紹之書如舞女低腰仙人嘯樹是也密欲老氣李季海近之山谷曰季海暮年乃更纖落王氏規模自成一家所謂盧虞其髮短其心甚長惜乎當時君子莫能以短兵伐此老賊也口如佳之四横川之三直魚之四點畫之九畫必須下筆勁淨疎密停勻為佳當踈不踈反成寒乞當密不密必至彫疎

風神

風神者一須人品高。郝經曰李斯刺薄寡恩人也故其書如屌鐵無情鍾繇嚴厲沉鷙威重人也故其書勁利方重如畫劍累鼎斬絕深險義之真正有識鑒風度高遠觀其遺腹浩及道子諸人書不附桓溫自放山水間與物無競為江左品流第一故其書以韻勝道麗虛婉出奇入神不失其正高風絕跡邈不可及顏魯公以忠義大節極古今之正援篆入楷蘇軾以雄文大筆極古今之變以楷用隸皆以人品為本其書法即其心法也黃山谷曰胸中有數千卷不隨世碌碌則書不病韻自勝李西臺林和靖矣蓋美而病韻者王著勁而病韻者周越皆渠儂胸次之罪非學者不工也又曰東坡之書學問文章之氣鬱鬱芊芊發於筆墨間故他人所不及在昔叔夜妙於草製體勢得之自然若高逸之士雖在布衣有傲然者故臨不測之水使人神清登萬仞之巖自然意遠也

二須師法古。書法攷曰王右軍過江觀覽名刺歎學衛夫人

書。徒費歲月。故學書者。先審知所宗尚。乃知所用力。三須筆紙。古人習書。雖有不畫費紙筆者。如徐伯珍之書箬葉。鄭虔之書柿葉。懷素之書芭蕉葉。任末之削荊。陶景之剪荻。歐陽通之畫沙。以及舐掌。滌石畫地。書空。要其用工如此。若僧虔得銀光之紙。子敬得韋誕之筆。未始非險澀之助也。四須險勁。已上三項。當須於未書之前。此下五項。學書次第如此。書以骨幹為先。故險勁當為第一層工夫。五須高明。英爽之氣也。有骨而後有氣。六須潤澤。肌膚也。有骨氣。而後有肌膚及血脈也。七須向背得宜。制節也。如人四體既正。膚革豐寧。而後揖讓進退。周旋中規。折旋中矩也。八須時出新意。有推而進。有放而文。又其妙也。自然長者如秀整之士。短者如精悍之徒。瘦者如山澤之癯。肥者如貴遊之子。勁者如武夫。媚者如美女。欹斜如醉仙。端楷如賢士。各隨書性造就

一家。

遲速

遲以取妍。速以取勁。先必能速。然後爲遲。若素不能速而專事遲。則無神氣。若專務速。又多失勢。

筆勢

下筆之初。有搭鋒者。有折鋒者。其一字之體。定於初下筆。凡作字第一字。多是折鋒。第二三字。承上筆勢。多是搭鋒。承上多是搭鋒。行草有之。楷法須各自立勢。若一字之間。右邊多是折鋒。應其左故也。左過右。右過左。上過下。下過上。俱用逆折而入。唯偏豎。偏點。偏畫之類。但取順

勢用之祈搭又有平起者如隸畫藏鋒者如篆畫大要無一定也祈搭多精神平藏善含蓄兼之則妙矣王弇州曰余嘗謂皇象文武帖章草中鳥跡筆者顏真卿家廟茅山碑正書中玉筯筆者蘭臺道因碑正書中八分筆者未易爲俗人言也

性情

藝之至未始不與精神通其說見於昌黎送高閑序孫過庭云一時而書有乖有合合則流媚乖則彫疎神怡務閑一合也感惠狥知二合也時和氣潤三合也紙墨相發四合也偶然欲書五合也恐遽體留一乖也意違

勢屈二乖也風燥日炎三乖也紙墨不稱四乖也情怠手闌五乖也乖合之際優劣互差

血脈

字有藏鋒出鋒之異粲然盈楮欲其首尾相應上下相接為佳後學之士隨所記憶圖寫其形未能涵容皆支離而不相貫穿婁堅曰字畫小技然而不精研則心與法不相入何由通微不積習則手與心不相應何由造妙師法須高骨力須重已識其源雖師心而暗合強摹其迹縱肖貌而寔乖黃庭小楷與樂毅論不同東方朔畫讚又與蘭亭記殊旨一時下筆各有其勢固應爾也余嘗歷觀古之名書無不點

畫振動如見其揮運之時山谷云字中有筆如禪句中有眼豈欺我哉山谷頌李西臺語也

書丹

筆得墨則瘦得朱則肥故書丹尤以瘦為奇而圓熟美潤常有餘燥勁老古常不足朱使然也不獨朱之故蠟亦甚滑不能留鋒迴搶處筆心多不能聚須選筆毫半兼花毫尖鋒筆用之自妥若用純毫筆則額如指頭矣欲刺者不失真未有若書丹者三代有碑而無銘禮記翳於碑是也秦始有銘漢而後寺蔡邕石經刻而後建邕自書丹於石者也右軍樂毅論亦然鉤丹過朱摹勒古字之法也然書時盤薄不無少勞韋仲將升高書凌雲臺榜下則鬢髮已白

藝成而下斯之謂歟若鍾繇李邕又自刻之可謂癖矣

魏受禪表黃初元年立文帝廟王朗文梁鵠書鍾繇鐫字謂之三絕李邕書碑亦多自刻之每款黃鶴仙伏靈芝元省已者俱無其人邕托名也又聞海嶽亦自刻之戴元表曰古之書家莫不能刻謂之書刀

霽雲閣珍藏

美蓉書讀

平湖豕東張松年鐫